

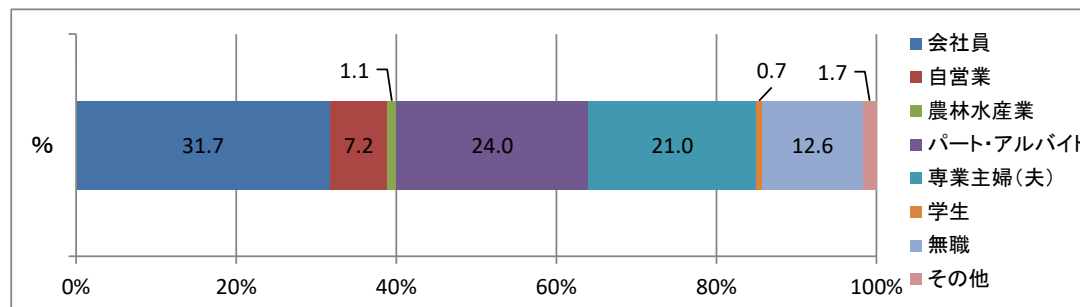
## 食育に関することについて

- 調査期間 令和4年3月7日～3月13日
- 調査の趣旨 食育に関わることについて、皆様のご意見をお聞きます。
- 対象者数 1048 人(令和4年3月7日現在)
- 回答者数 761 人
- 回答率 72.6 %

(図および表中の比率は、少数点第2位を四捨五入して表示しています。したがって、内訳を合計しても100%に合致しない場合があります。)

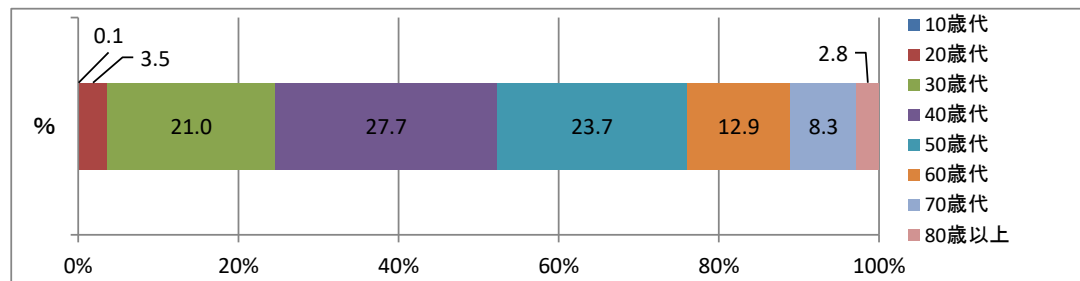
### 【職業】

内訳	人数	%
会社員	241	31.7
自営業	55	7.2
農林水産業	8	1.1
パート・アルバイト	183	24.0
専業主婦(夫)	160	21.0
学生	5	0.7
無職	96	12.6
その他	13	1.7
合計	761	100.0



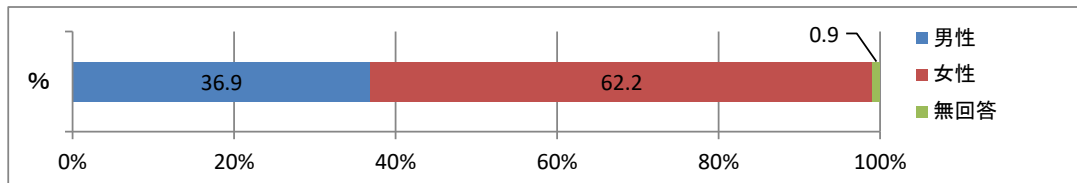
### 【年齢】

内訳	人数	%
10歳代	1	0.1
20歳代	27	3.5
30歳代	160	21.0
40歳代	211	27.7
50歳代	180	23.7
60歳代	98	12.9
70歳代	63	8.3
80歳以上	21	2.8
合計	761	100.0



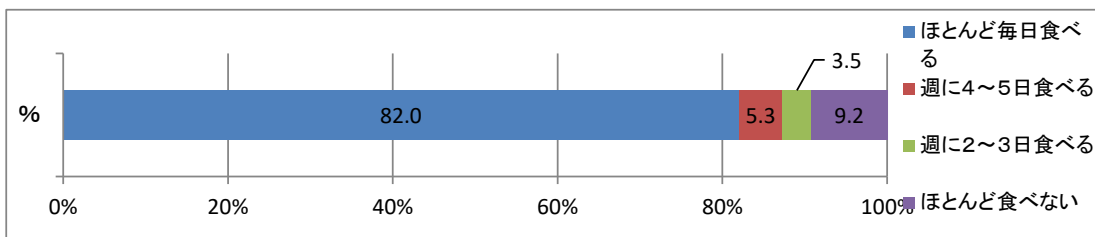
【性別】

内訳	人数	%
男性	281	36.9
女性	473	62.2
無回答	7	0.9
合計	761	100.0



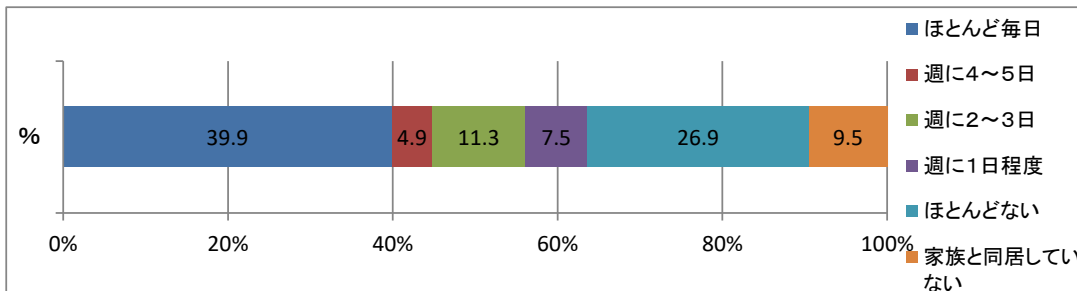
【問1】 あなたは、普段朝食を食べますか？

内訳	人数	%
ほとんど毎日食べる	624	82.0
週に4~5日食べる	40	5.3
週に2~3日食べる	27	3.5
ほとんど食べない	70	9.2
合計	761	100.0



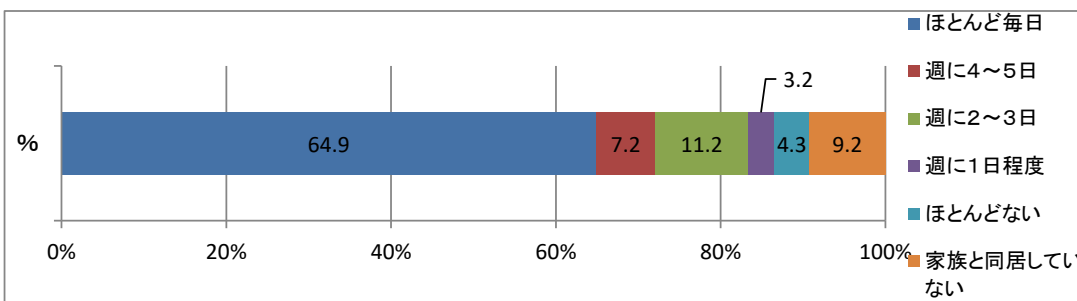
【問2】 朝食を同居している家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか？

内訳	人数	%
ほとんど毎日	304	39.9
週に4~5日	37	4.9
週に2~3日	86	11.3
週に1日程度	57	7.5
ほとんどない	205	26.9
家族と同居していない	72	9.5
合計	761	100.0



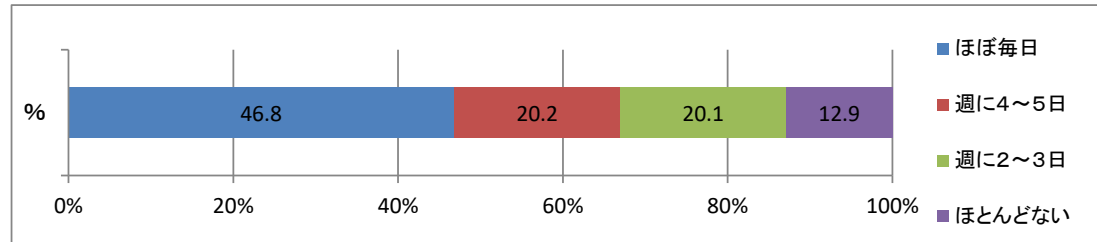
【問3】 夕食を同居している家族と一緒に食べることは、どのくらいありますか？

内訳	人数	%
ほとんど毎日	494	64.9
週に4~5日	55	7.2
週に2~3日	85	11.2
週に1日程度	24	3.2
ほとんどない	33	4.3
家族と同居していない	70	9.2
合計	761	100.0



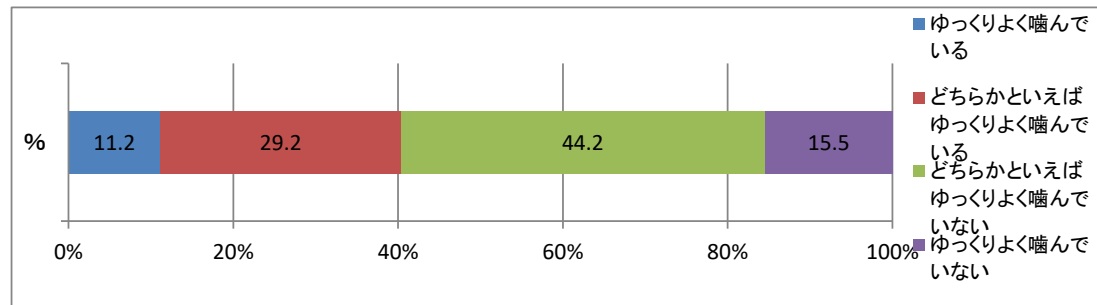
【問4】 主食(ごはん・パン・麺など)・主菜(肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理)・副菜(野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理)を3つそろえて食べるのが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか？

内訳	人数	%
ほぼ毎日	356	46.8
週に4~5日	154	20.2
週に2~3日	153	20.1
ほとんどない	98	12.9
合計	761	100.0



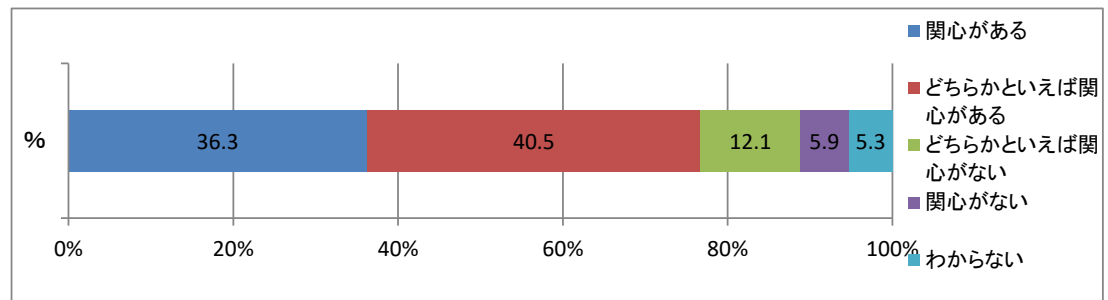
【問5】 あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか？

内訳	人数	%
ゆっくりよく噛んでいる	85	11.2
どちらかといえばゆっくりよく噛んでいる	222	29.2
どちらかといえばゆっくりよく噛んでいない	336	44.2
ゆっくりよく噛んでいない	118	15.5
合計	761	100.1



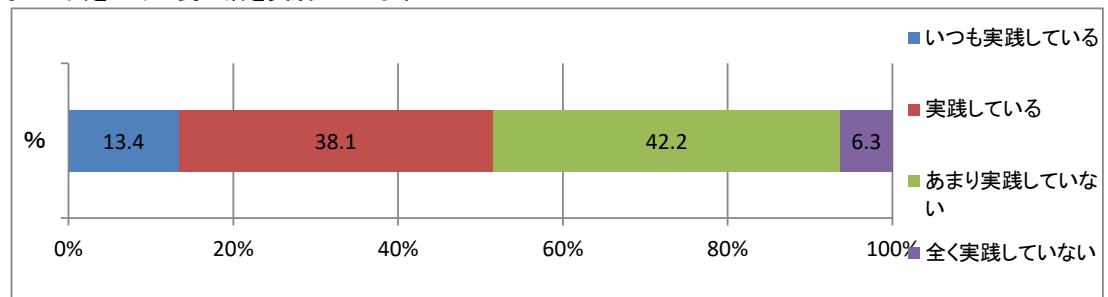
【問6】 「食育」に関心がありますか？

内訳	人数	%
関心がある	276	36.3
どちらかといえば関心がある	308	40.5
どちらかといえば関心がない	92	12.1
関心がない	45	5.9
わからない	40	5.3
合計	761	100.1



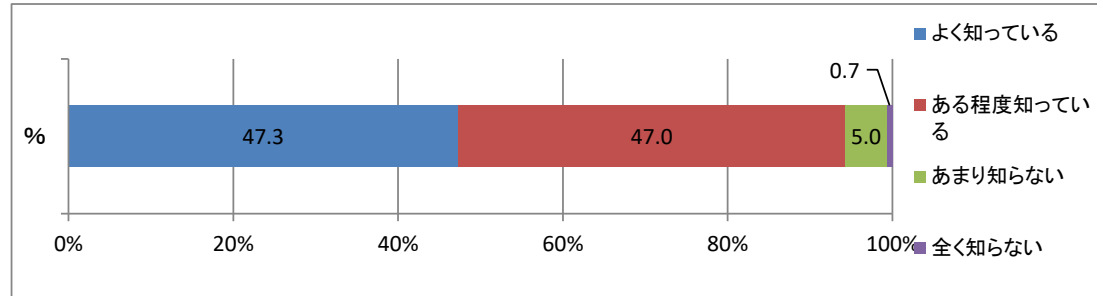
【問7】 生活習慣病の予防や改善のために、普段から適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していますか？

内訳	人数	%
いつも実践している	102	13.4
実践している	290	38.1
あまり実践していない	321	42.2
全く実践していない	48	6.3
合計	761	100.0



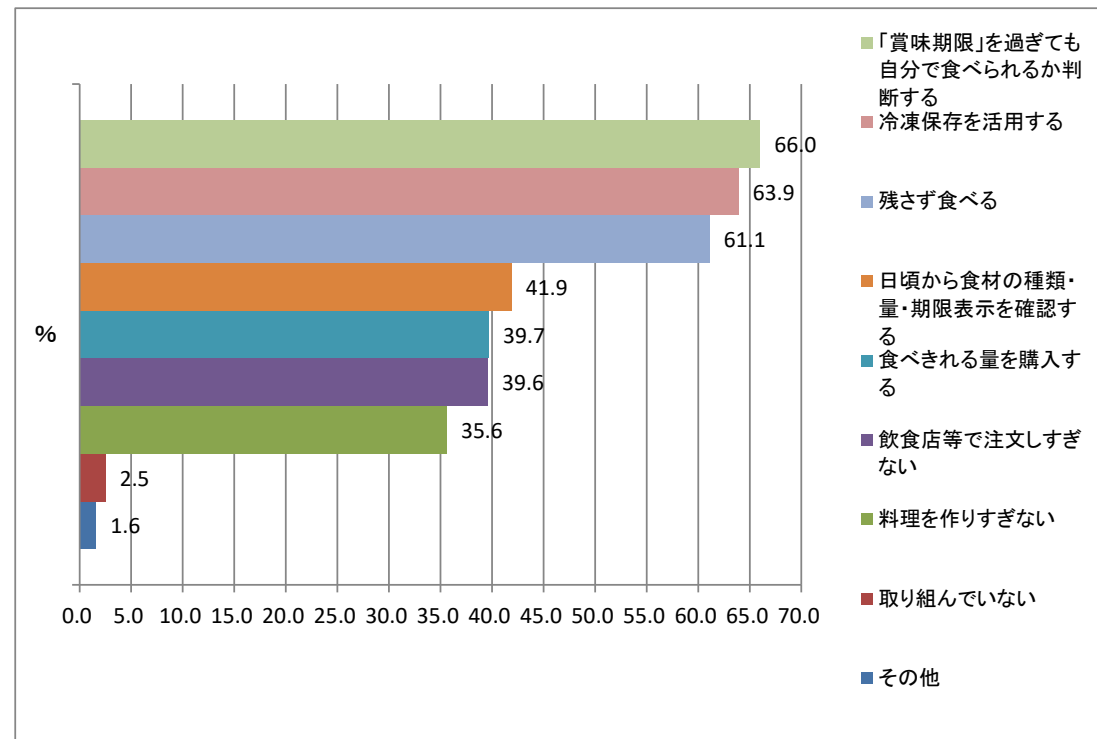
【問8】 あなたは食品ロスという問題を知っていますか？

内訳	人数	%
よく知っている	360	47.3
ある程度知っている	358	47.0
あまり知らない	38	5.0
全く知らない	5	0.7
合計	761	100.0



【問9】 食品ロスを軽減するために取り組んでいることはありますか？

内訳	人数	%
「賞味期限」を過ぎてもすぐに捨てるのではなく、自分で食べられるか判断する	502	66.0
冷凍保存を活用する	486	63.9
残さず食べる	465	61.1
日頃から冷蔵庫等の食材の種類・量・期限表示を確認する	319	41.9
小分け商品、少量パック商品、バラ売り等、食べられる量を購入する	302	39.7
飲食店等で注文しすぎない	301	39.6
料理を作りすぎない	271	35.6
取り組んでいない	19	2.5
その他	12	1.6

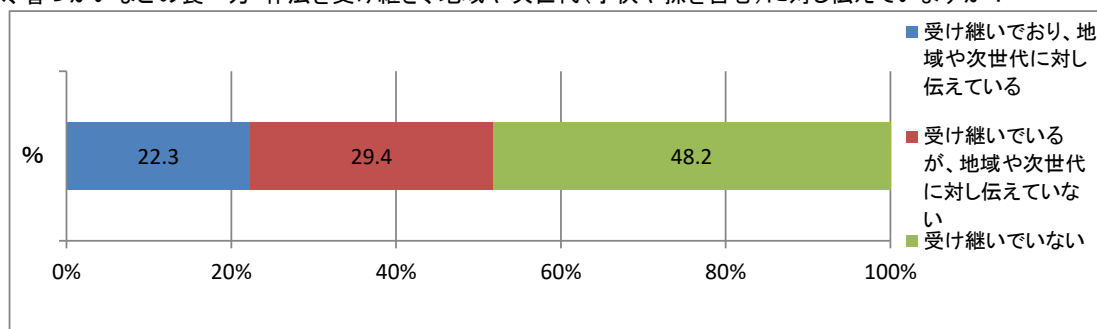


【問9-1】「その他」と回答された方は、詳しくご記入ください。(該当者12人)

- スーパーなどで消費期限の近いものを選ぶようにしている。
- 買い物に行く日を決めている。
- 一人前の冷凍弁当を利用する。
- 食材購入は必要な分メモ書きして購入する。無駄なもの、必要量以上買わない。
- 家族が多いので、大容量パックを選んで買ったり、期限の近いものを積極的に買います。
- 傷んだ野菜は畑の肥料にしています。食べきれないものは人におすそわけします。
- スーパー等でその日に食べきる物については、賞味期限の近い物を買っています。
- その週の献立を予め考えておき週に1度買い置きをする。
- 毎日のように買い物に行かず、冷蔵庫の中身と相談してメニューを決める。
- すぐに消費するのであれば、賞味期限が近いものを選んで購入する。
- すぐ食べる食品は、期限の迫っているものからスーパーのカゴに入れる。
- 手前どりする。

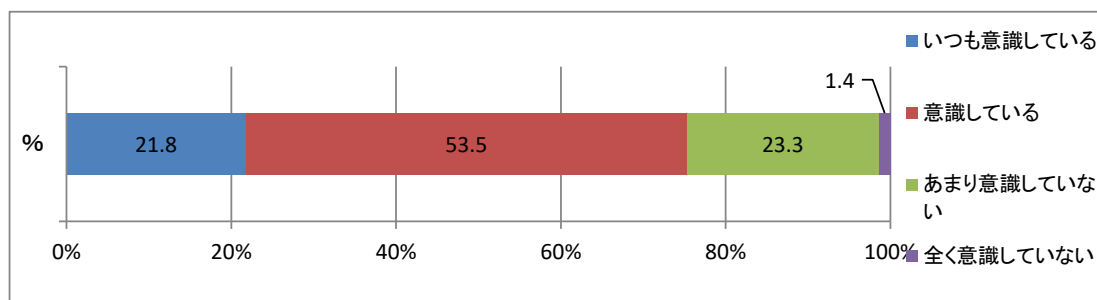
【問10】 郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継ぎ、地域や次世代(子供や孫を含む)に対し伝えていますか？

内訳	人数	%
受け継いでおり、地域や次世代に対し伝えている	170	22.3
受け継いでいるが、地域や次世代に対し伝えていない	224	29.4
受け継いでいない	367	48.2
合計	761	99.9



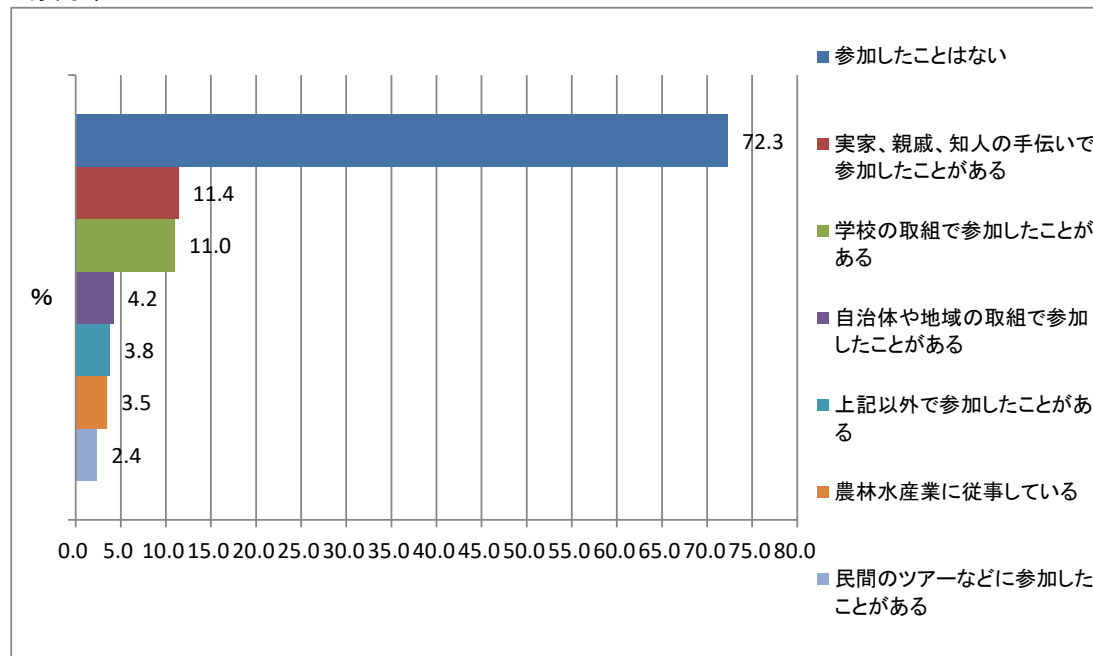
【問11】 安全な食生活を送ることについて、どの程度意識していますか？

内訳	人数	%
いつも意識している	166	21.8
意識している	407	53.5
あまり意識していない	177	23.3
全く意識していない	11	1.4
合計	761	100.0



【問12】 これまであなた、又はあなたの家族で農林水産業体験に参加したことがありますか？

内訳	人数	%
参加したことはない	550	72.3
実家、親戚、知人の手伝いで参加したことがある	87	11.4
学校の取組で参加したことがある	84	11.0
自治体や地域の取組で参加したことがある	32	4.2
上記以外で参加したことがある	29	3.8
農林水産業に従事している	27	3.5
民間のツアーなどに参加したことがある	18	2.4



【問13】 「食事の取り方」や「食育に関わること」について、ご意見等ございましたら、ご記入ください。(任意)

- 健康管理に気をつける。
- 麴を使うことを心がけています。日本の素晴らしい麴をもっと取り入れて食べ物を子どもたちに食べさせてあげたいです。
- 子供の頃から食育をすることが重要と考えていますが、和歌山市内の公立保育所の給食やおやつメニューについては見直しが必要だと考えます。給食に添加物の多い食材を利用したり、おやつに市販品の菓子を多用したり、ファストフードが提供されていることはとても気になります。
- 問12のイベント的なものやってるんですか？やってるのなら参加してみたいです。そういう告知などもっと市民全体に知れ渡るようにしてもらえたら嬉しいし参加しやすいです。情報が関わりある人にだけで止まっている感じがします。よろしく願います。
- できるだけ国産の食品の消費に努め、生産者が窮地に落ちないようにと思っています。
- 範囲が広すぎて答えづらいです。
- 野菜を多く取るようにしている。
- きちんと食事を摂ることは大事だけど、マナーや栄養などを気にしすぎても楽しめないと思う。バランスを考えてほどほどがいいと思います。
- マナー違反など不快に感じる事は公共の場では避けたいが、基本的には食事は楽しく取れば一番いいと考えてるので、細かい事はあまり考えたくないし、押しつけるのも嫌だなと思ってます。
- 今の日本では安全な食品を食べることは難しい。食品添加物の多さ、農薬の多用、土壌・環境の悪さなど。安全に近いと思われる食材・食品を食べようと思うと、出費がかさむ。家族がある家庭で、今の経済(入出費のバランス)では食育は難しいのでは。
- 学校教育の中でも、食育をすすめてほしいです。また、地域の郷土料理を継承する場として、学校を活用してもらいたいです。共働きが増え、食生活も変化しています。ライフスタイルにあった食生活を考えていかなければならないと思います。
- 食生活について、広報活動や成年の教育などをお願いしたい。
- 共働き夫婦のみで子育てをしている場合、家族全員での食事や、食べ方、箸の持ち方の指導は難しいのではないかと思います。
- がちがちに食育に囚われて外食・市販のお惣菜を敬遠するのではなく楽しく食事に向き合うことも大切だと考えます。コロナ禍の中、食べるのが楽しみにもなっています。その点も考慮しながら取り組んでいきたいと思っています。

- 私の家庭ですが、朝食の手抜きが気になります。もっと時間をかけて作らなければと反省しきりです。
- 食育を必要としているのは、食べられないあるいは食べさせてもらえない子供がいる現実です。したがって食育の普及は自治体の大きな課題と認識しています。
- 熊本産「あさり」偽造の件があると、他の食材についても大丈夫かな？と疑ってしまいます。
- テレビの番組で食事の取り方や食育に関する事がたまに取り上げていることがありますが、とても分かりやすく良いと思います。
- 食事は生活の基本だと思います。家庭でのしつけがスタートだと思います。
- 子供が独立したのに、食事を作りすぎて、最近やっと慣れてきました。食材ももったいないと思わずに少量パックを購入するようになりました。世代や家族構成で常に考え方ややり方を柔軟に変えていかなければならないと思いました。
- 最近インターネットの記事で読んだのですが、給食で出たマーガリンは毒だから食べないと言って周りの子供たちを驚かせたと載っていました。私も一時期そう思っていました。近年は技術の発達で不飽和脂肪酸を取り除けるようになったとか。正しい知識を教えなければと考えさせられました。
- 子供が焼き魚や煮魚は骨があって嫌がるのでつついお肉ばかりになってしまう。骨をとって綺麗に食べる方法を教えるより、手取り早く鯖缶や骨抜き処理がされた魚を買ってしまう。
- 食育や食事については気を付けたいと思っているが、経済的な問題で非常に難しい。そういったことに取り組めるのは、経済的に余裕のある家庭だと思う。
- 私や大人達は食育や食事の取り方などを意識しては少ないように思います。子供たちには学校で授業でそのような勉強をする機会があればいいな、と思います。大人もその知識を得られる機会があればと思います。
- 夫婦共働きでフルタイム。子育てにも忙しく、はっきり言ってお腹が膨れるだけで精一杯
- 食育についての研修会などを保健所などで実施して欲しい。
- つい好きな物ばかり食べてしまいがちなので栄養バランスを考たいと思います。
- 家族が揃って摂る食事、季節の物を使った献立が食育の根底だと思意識しています。平日は一汁三菜を意識して調理しています。短期間に食べきれない食材や、多めに作った調理済みの料理を冷凍しているので、時短も食品ロスも叶うので、冷凍することは日常的に行っています。子どもたちが小さく、小学校や幼稚園に通っているので、そちらでも日本の食文化や季節の食材や、地産地消などをもっと子どもたちに伝えてほしいなと思います。自分達だけでは情報が少ないので、行政の力を借りられたら、もっと未来を担う子どもたちが豊かな食生活を送れるなとも思います。
- 塩分の摂りすぎは特に気をつけています。
- 孤食になりがち。
- 子供好きな給食メニューの作り方を教えて欲しいです。
- 和歌山市にも、オーガニック商品を扱うお店を増やしてほしい。
- 高血圧の人の食事が気になります。
- 食べられる量を腹八分で食べることを心掛けています。
- 無農薬やオーガニックにこだわり、添加物などをできる限り摂取しないようにしている。レトルトや冷凍食品や○○の素などは使用しないようにしている。
- 車椅子生活の親の食事には気を付けてます。食べきれない分だけ並べ毎回作りすぎてしまうのですが、そこは冷凍保存し時間ないときに利用してます。
- 食事は大切だと分かっているが、行動が伴っておらず、反省している。
- 子供たちが習い事で帰りが遅くなることがあるので、なるべく自分はその子に合わせて一緒に食事するようにしている。他府県に比べて学校で田植え稲刈り体験などの機会は多いと感じる。私自身大阪出身で体験したことはないです。
- 未来のために。
- なるべく栄養が偏らないようメニュー組んでいます。子供には食材の大切さと命の大切さを知ってもらえるように、話ながら一緒に食事をとります。
- バランスよく食べることに注力しています。後は食べ過ぎないように注意しています。
- コロナ禍になってから、家庭内でも個食が増えたと思う。一緒に食わず、時間をずらして食べるが増えました。
- 子どもにも文化を継承してほしいのでコロナが落ち着けば親子クッキングなど復活してほしい。その際にはシングルマザーファザー限定など条件はなく、親子であれば誰でも参加できるようにしてほしい。シングルであっても夫婦がそろってても親子なので公的機関のイベントは誰に対しても開いて欲しい。お互いに知り合うことが格差をなくすことだと考えます。
- 学校給食の献立がヘンな組み合わせの自治体もあるようで、子供の価値観や食の楽しみの形成上よくないため、おかしな献立がある学校現場では改善してほしい。
- 幼少期の食育の大切さは勿論ですが、成人の方が健康に過ごす為にも真剣に取り組まないといけなと感じます。只、幾ら低カロリーで健康な食事を提供しても食べる本人が好き嫌いで拒否したり、嗜好品を好んだり、運動嫌いだったりする場合もある。食育は本人の健康に関する強い意識が無いと継続するのは難しいと感じます。
- 三角食は今はしないのでしょうか？流し込むのが良くないとか。当たり前だと思ってたルールが変わっているのかも知れません。
- 3食の食事がまともできない家庭もある中、食品ロスが多いといわれる世の中、自治体が率先して県民、市民にも意識改革を励行するべきだと思う。
- 食事のとり方は、一日になるべく30品目以上の栄養素を取り入れた食事になるよう、朝昼晩のメニューを考えて作っています。、
- 健康維持のため、1日決まった時間の3食は守っている。季節に合わせた行事・食事について、子供や孫と一緒にしている。
- 毎日同じメニューをしないようにバランスを考えている。
- 和歌山市伝統の食事を実践している方がいるなら教えて欲しい。
- 値段が高くて、できるだけ国産品をとるようにしている。また、食品添加物のないもの、少ないものを選んでる。

- 料理教室とかをしても一回くらいでは意味がないと思う。今はコロナ禍でもあるからよけいに思う。ラインやホームページで料理動画サイトのように配信サービスがあれば良いと思う。
- 安全で楽しんで食事出来るように。
- 会社に食堂があり、出社日の昼食は主菜・副菜・主食などバランスを意識して摂ることができて助かっています。しかし、残業が多くて夕食の準備に時間と手間を掛けられず、どうしてもスーパーの総菜に頼りがち、作れても主菜1品のみ、となります。ストレスが溜まると間食に走りがちにもなります。意識していても食に使える時間・手間・気持ちの余裕などが足りません。忙しく働く世代の食は、心身の健康に大事なことは分かっていますがなかなか手が回りません。サポートしていただける仕組みがあれば、とても助かります。
- 健康な食事を紹介しているホームページなどはあるが、1週間単位で何を買ってどう料理すれば良いのか分からず、結局スーパーなどの弁当を食べている。
- 戦争体験世代は食糧に苦労した経験があるので、食品をおろそかには出来ないが、若い世代をみていると、食品ロス問題について関心が低いように感じる。
- 今は子供も大人になり各自の食事時間となりましたが幼稚園や小学生の時には地場の食材や収穫、季節の旬を生かしたものを行いました。
- 本人の自由ではないかと思うが。
- スマホを触りながら食事している人を見ると、汚いと思ってしまいます。
- 食育について、子ども達に本物に触れさせてあげることも大事なのではないかと思います。本物の醤油、味噌、食塩ではない天日塩。食品添加物や農薬の問題なども食の安全にとっても関わっているのではないかと思います。
- ずぼらな人には難しい問題ですね。
- 農地の区画年間貸与を利用する事を考えた事があるが、素人なので、上手く利用できるか不安で実現に至らず。野菜などを育てて子どもに食育をしたいと思うが、実際はハードルが高い。
- 一人暮らしなのでなかなか栄養面にまで気がまわらないです。
- 特にないが、夫婦共に年齢も高く体調管理に気を配っている。
- 食べることが好きなので自炊もなるべくしています。市販の御惣菜などは、どうしても塩辛い傾向がありますので。あと親が糖尿病の傾向があり、自分もその傾向を受け継いでいるのでなるべくストレスの無いように気を配っています。
- 家内には、食べきれない量を作るように言っていますが、食べきれない時は次の食事で食べるよう冷蔵庫で保管しています。廃棄してロスを出すことは減多にありません。
- 食育と言いながら、学校給食では決められた短時間で給食を食べないといけなく、また給食で黙食せよと言って、食事の会話は禁止になっている。これで食育と言えるのか大いに疑問だ。
- 食育の内容は定期的に見直し、最新の情報に更新する必要はないでしょうか。10年前、20年前の食育がそのまま形骸化し、残っていくことも大きな問題です。
- 普段から食事の量、種類について細心の注意を払っています。
- 他府県ではフードロスへの取り組みが実施されているのをよくニュースで見ます。お店で売れ残ったものを値段を安くして、まとめて売るなどの工夫をしたものです。和歌山でも実施することがあれば買いに行くのになと思っています。
- 子供たちには小さい時からお手伝いで食事を手伝ってもらって教えました。今はみんなそれぞれ生活出来ます。
- 子供と気軽に参加できるイベントがあれば参加したい。
- コンビニの値下げを勧めた方がよい。
- 年齢に応じた食べる食材、食べる量、食べる方法、食べる時間を示してほしい。
- 郷土料理等の伝承に携わってこなかったが、何かそういう機会があってもいいかと思う。
- 農業の知識を深めたい。
- 食育は大事だけれど、あんまり神経質になりすぎるのはよくない。食品を大事にすることは、食育とは別の次元で考えるべき。物を大事にするということの一環として。
- 食育は子育ての基本だと思っておりますので、派手な習い事より大切に指導しています。
- 毎年親戚集まって、味噌、茶葉、餅を作る習慣が続いているので、これからも子供、孫世代まで続けていきたいと思っています。
- 食事のとり方に関してはできるだけ栄養バランスを考えたメニューにしています。食育についてはこれから情報を集めて勉強していきたいと思っています。
- 子供と一緒に料理をするようにしている。
- 義務教育課程で、食育に関する取り組みの導入。
- 美味しい物を少しだけ、気軽に食したいと思っています。
- 歳をとると、さすがに以前のように量が入らなくなりました。だからこそ、質の良いのを適量食べるように、なるべく地産地消をと考えて、スーパーで買い物をしています。運動不足にならないよう、日々の生活を送ることが、食べ残しも無しにつながっているように思います。
- 食品添加物などもっと食品についての安全性など市民の意識を高める必要があると思う。食品ロスについても何かいい方法があると思う。食育はとても大切だと思う。
- 農林水産業体験があれば参加したい。情報がほしいです。
- 生野菜や果物を最近食べていない。特に子供には食べてほしい。
- 仕事柄、食育は感心があります。実際、小学生などにレクチャーしたこともあります。
- 健康診断で指摘があったので、いつも食事に気を付けて食べていて、2年続けており、これからも気をつけます。
- 食べ過ぎ、食べ残しに気を付けている。
- 家族でゆっくりと食事(夕食)を楽しむことが1番の食育だと思いますね。自分の家庭では、それができていると思います。



- 学校給食を完全米食にして、牛乳も廃止した取り組みをしてもらいたい。
- 郷土料理や伝統料理とは、具体的にどんな物でしょうか。知らず知らずの内に受け継いでいたりするかもしれません。
- 食は身体を作るものなので大切だと思っています。毎日の食事に気をつけています。子供にも出来るだけ手作りのものを食べさせています。食品ロスについても気になっていて、スーパーなどで品薄になっても良いので売れ残りが出ないようにして欲しいです。
- 食は人を良くするものなのに、ダイエットしなくちゃと節制し、お腹が空いて糖質ドカ食いで自己嫌悪の繰り返し。
- 市政だよりも年寄り様の食生活の特集を設けて欲しい。
- 食に触れ合う機会が多いスーパーから始めてほしい。普段行くスーパーでは、あまり核家族や独身世帯への対応商品が少なく、あっても割高なものが多いように感じる。
- 押しつけのような教育をするのではなく、楽しい食事風景や調理をするドラマなどを通じて若い人に伝えていくほうが良いと思います。
- こども食堂に興味があり、できればやってみたいが金銭的支援はあるのか、やるなら自己負担なのでしょうか。
- 最近はあるべく和歌山産の食材を購入するようにしている。添加物、外国産かどうかはすごくチェックするようになった。保存食は自分で作ることが多くなってきた。例えば、ゆずシロップ、梅シロップ、ジンジャーエール。果実はジャムとかにもする。おやつのかき氷も手作りが多くなった。自分で作ると材料が全部自分で選べるから安心。
- 基本は、食べ過ぎない、適度の運動と自宅での自炊が大切です。
- 中学校もみんなバランスを考えて伏虎みたいに全員給食にしてほしいとよく親らで話す。選択制だと子供が嫌だということから仕方なく弁当になるが、バランスまで朝練などがあるから考えられない。
- 2食で済ます。
- 健康維持、管理をしていくうえで、やはり食は原点だと思っています。現在では、簡単に口に出来る食材がありますが、自分で作る事を心掛けております。最近では、発酵食(昔から作られているもの)を手作りを見直す機会ではないでしょうか。
- 両親に食事は残さないと言われました。その習慣から今も配膳された食事は残さず食べます。今は豊かな時代なり子供にも言わなくなりました。食事は色々な意味で大切だと孫に伝えたいです。
- 野菜、納豆は毎日食べるようにしています。
- 人間、食べることは大事なことなので食べると言うカテゴリーには興味はあるけど、伝統や文化にはあまり関心はないし、基本的な作り方さえ知ってれば、後は個々の味覚で食を楽しめれば良いのではと最近思います。
- 食育について体系的に勉強したい。体系的に勉強できる方法を紹介してほしい。(市民向け公開講座、通信教育など)
- 健康に関して食との関係性は非常に大切である事は理解しているが、生活するのに精一杯の状況であり食に意識や時間を割くゆとりが無い。食べれるだけましの状態が続いている。
- 栄養バランスや料理は、配偶者がすべてきっちりとやってくれるので、自分は殆ど気楽に食事している。更に宅配おかずを取っており、このおかずは非常に大きな健康食である。
- 食は人
- 食育はとても大切なことだと思ってます。もっと次世代に伝えていくようにしていきたいです。
- 朝食が一番重要であるとの認識。
- 保健所がしている食推に参加している。
- この機会に関心を持つ様にします。
- 家庭での食事の在り方、食事に関する意識の在り方が、子ども達のこれからの成長や健康、食事に対する考え方に影響すると思うので、母親として日々意識しています。
- バランスよく、何でも食べる事を心掛けています。
- もっと行政が発信してほしい。
- 朝寒いと起きだすのが遅れ、朝寒兼用によくなります。悪い習慣です。
- 食に関する仕事をしていたので、気をつけていることもあるし、家族や、友達等々にも話している。
- 時間とお金がないと、健康に気を使った食生活を送ることは無理です。
- 国は種子法廃止や農業競争力強化支援法や種苗法の改正で長い時間をかけて日本の農業を壊滅状態にしようとしている。これを放っておくと食育どころじゃないと思う。県や市の条例で和歌山の農業を守ってください。
- 食育よりも、三食食べられない子どもたちへの支援をしっかりとしてほしい。
- 現代は共働き世帯が多いから仕方ないですがなるべく母の味を子供達に伝えて欲しいです。又自炊する家庭も少なくなっていると思うが休みの日など子供を巻き込んで一緒にしたら料理に興味が出て先々食育に繋がって行くのでは無いかなあとします。ウチの家庭は子供の頃から手伝ってくれていて今は自炊出来ているし良かったと思います。
- 子供のうちからフードロスやフードマイレージなどの問題を教えるのがいいかな、と思います。
- 忙しい毎日だと心がけたい気持ちはあっても難しい。何らかのサポートがあれば有難い。
- 給食の安全性についてもっと発信してもいいと感じる。学校によってかなりのバラツキがある。
- 最近日本は認められている添加物の種類が多いと聞いて気になっています。無添加、無農薬、平飼いたまごなど、できる範囲で買うものを意識するようになりました。地域でそういう商品を作っているところがあれば、少し高くても健康のために買って食べて応援したいと思うが、どこで何が取り扱われているかあまりわからないので知りたいと思っています。

- なかなか出来ないのが現状です。疲れて帰ってきて作ろうという気力がなかったり。
- 子供ができて、食事にもっと気を使うようになりました。添加物なども気になるようになり、少し高くても毎日使う調味料などを中心になるべくオーガニックや無添加などを取り入れています。
- あまり色々考えず、好きな食べ物を好きなように食べている。
- 小さい頃から食事の量が多い。適正な量がわかりづらいので、各家庭で食事がかなり違うと思うが、どうにか一般的な量を分かりやすくならないものかと長年思ってきた。
- 好き嫌がなくその時期の旬の物を食べたり、買った物は冷凍したり食べれなくなるように気をつけています。
- 年齢を重ねると若い頃のようにいかないで、栄養素の相乗効果を食事で実践しているが、中々量的に食べられないので、サプリメントを+αして食生活をしている。
- 家族の生活リズムがバラバラなため、一緒に食事をとるのは、少ない。一人だとパパッとすませて、食べることも多いため、もう少し食に関する事に目を向けていきたい。
- 子供が偏食なので初めは悩みましたが、とりえず生きていければいいやと思い直しました。今のところ「正しい食事」については保育園で指導して頂いているのでありがたいことです。

お忙しい中、アンケート調査にご協力いただきありがとうございました。

皆さまからいただきました貴重なご意見を参考にさせていただき、本市の食育に関する施策を推進して参ります。

回答結果につきましては、食育推進計画を策定する上での指標として活用させていただきたいと考えています。

今後ともご理解とご協力いただきますようお願いいたします。